Do natychmiastowej publikacji: 28.07.2025 **GUBERNATOR KATHY HOCHUL**

GUBERNATOR HOCHUL WZYWA MIESZKAŃCÓW STANU NOWY JORK DO PRZYGOTOWANIA SIĘ NA KILKUDNIOWE UPAŁY EKSTREMALNE

Temperatury odczuwalne w poniedziałek na poziomie 90°F mogą przekroczyć 100°F we wtorek i środę

W poniedziałek obowiązują ostrzeżenia przed upałem w regionach Capital, Mid-Hudson, mieście Nowy Jork i Long Island

We wtorek ostrzeżenia przed upałem mają objąć większość obszaru stanu

W środę możliwe lokalne silne burze z piorunami

Gubernator Kathy Hochul zaapelowała dziś do mieszkańców stanu Nowy Jork o przygotowanie się na kilkudniową falę wysokich temperatur zewnętrznych, która dotknie regiony Capital, Mid-Hudson, mieście Nowy Jork i Long Island począwszy od poniedziałku i potrwa do środy. Temperatury odczuwalne mogą przekroczyć 100°F. We wtorek ostrzeżenia przed upałem mają objąć większą część stanu, w tym regiony Southern Tier, Mohawk Valley, Central New York, Finger Lakes i Western New York, gdzie temperatury odczuwalne mają wynosić od niskich 90°F do ponad 100°F. W środę przed nadejściem frontu chłodnego możliwe są lokalne, silne lub bardzo silne burze z piorunami, po których do stanu Nowy Jork napłyną chłodniejsze, suchsze i mniej wilgotne masy powietrza.

„Ekstremalne upały są niebezpieczne i mogą być śmiertelne, jeśli nie są traktowane poważnie”, **powiedziała gubernator Hochul.** „Zachęcam mieszkańców, aby zaplanowali działania z wyprzedzeniem, dbali o nawodnienie, sprawdzali, jak czują się starsi sąsiedzi i lokalizowali najbliższe centra chłodzenia w najbliższych dniach”.

Ekstremalne upały są niebezpieczne i stanowią najczęstszą pogodową przyczynę zgonów w Stanach Zjednoczonych. Najczęstsze dolegliwości związane z wysoką temperaturą to: udar cieplny (słoneczny), wyczerpanie cieplne, skurcze i wysypka cieplna. Dowiedz się więcej o chorobach związanych z upałami – ich objawach, zagrożeniach i działaniach profilaktycznych – na stronie Departamentu Zdrowia (Health Department) Stanu Nowy Jork poświęconej upałom ekstremalnym.

Agencje stanu Nowy Jork podejmują działania i wydają zalecenia, aby przygotować się na prognozowane upały. Są to między innymi:

Wydział Bezpieczeństwa Wewnętrznego i Służb Ratowniczych Stanu Nowy Jork (New York State Division of Homeland Security and Emergency Services, DHSES)
Biuro ds. Zarządzania Kryzysowego (Office of Emergency Managemen) jest w stałym kontakcie z kierownikami ds. sytuacji kryzysowych w hrabstwach, aby zapewnić dostępność centrów chłodzenia oraz zaoferować wsparcie i doradztwo w zakresie zagrożeń związanych z ekstremalnymi upałami. Ponadto agencja ułatwia przygotowania i koordynuje wytyczne i komunikację z partnerami agencji stanowych. Informacje na temat radzenia sobie z upałami można znaleźć na tej stronie internetowej. Aby otrzymywać alerty pogodowe i alarmowe w czasie rzeczywistym, można wysłać wiadomość SMS z nazwą swojego hrabstwa lub dzielnicy pod numer 333111.

Departament ds. Usług Publicznych Stanu Nowy Jork (New York State Department of Public Service, DPS)
Departament ds. Usług Publicznych (DPS) monitoruje stan systemu elektroenergetycznego i nadzoruje reakcje przedsiębiorstw energetycznych na ewentualne problemy związane z nadchodzącą falą upałów. W ramach corocznych przygotowań do sezonu letniego, pracownicy Departamentu współpracują ze wszystkimi dostawcami energii, aby potwierdzić, że są oni w stanie niezawodnie zaspokoić zapotrzebowanie klientów w nadchodzącym sezonie. Na podstawie przeglądu danych z zakładów energetycznych, ocen pracowników oraz spotkań z każdym z operatorów i z Niezależnym Operatorem Systemów Stanu Nowy Jork (New York Independent System Operator, NYISO), ustalono, że stanowe systemy przesyłowe i dystrybucyjne energii elektrycznej są przygotowane do niezawodnego zaspokojenia prognozowanego zapotrzebowania na energię latem 2025 r.

Podczas tej fali upałów przedsiębiorstwa użyteczności publicznej mają do dyspozycji około 5500 pracowników do oceny szkód, podejmowania działań ratowniczych, przeprowadzania napraw i przywracania porządku na terenie całego stanu Nowy Jork. Pracownicy agencji będą monitorować pracę przedsiębiorstw użyteczności publicznej przez cały czas trwania zdarzenia i zadbają o to, aby przedsiębiorstwa skierowały odpowiedni personel do regionów, które mogą zostać najbardziej poszkodowane.

Podczas fal upałów intensywne korzystanie z urządzeń elektrycznych, takich jak klimatyzatory, powoduje znaczne obciążenie stanowego systemu elektroenergetycznego, co może skutkować spadkami napięcia i odosobnionymi przerwami w dostawach energii. Rekord obciążenia sieci został ustanowiony 19 lipca 2013 r. i wyniósł 33 956 MW (jeden megawat energii elektrycznej wystarcza do zasilenia nawet 1000 średniej wielkości mieszkań).

Departament Zdrowia Stanu Nowy Jork
Stanowy Departament Zdrowia podejmuje szereg kroków w celu promowania bezpieczeństwa wszystkich mieszkańców stanu Nowy Jork podczas upałów, zwłaszcza

w celu ochrony najbardziej zagrożonych osób. Departament współpracuje z DHSES, lokalnymi departamentami zdrowia oraz służbami ds. zarządzania kryzysowego, aby zapewnić dostęp do miejsc schronienia się przed upałami i innych bezpiecznych przestrzeni podczas upałów.

Interaktywna mapa ryzyka cieplnego i chorób (Heat Risk and Illness Dashboard) Departamentu Zdrowia Stanu Nowy Jork umożliwia mieszkańcom oraz urzędnikom ds. zdrowia w poszczególnych hrabstwach określenie prognozowanego poziomu zagrożenia zdrowotnego związanego z upałem na ich obszarze oraz zwiększenie świadomości na temat skutków narażenia działanie wysokich temperatur.

Urząd ds. Parków, Rekreacji i Ochrony Zabytków Stanu Nowy Jork (New York State Office of Parks, Recreation and Historic Preservation)
Gubernator Hochul poleciła dziś Urzędowi ds. Parków, Rekreacji i Ochrony Zabytków wydłużenie godzin otwarcia miejsc chłodzących przed upałem i kąpielisk w parkach stanowych podczas obecnej fali upałów, aby przynieść ulgę mieszkańcom stanu Nowy Jork. Godziny otwarcia kąpielisk mogą się zmienić ze względu na negatywne zjawiska pogodowe, zmieniające się warunki wodne lub zarządzenia obsługi. Aby sprawdzić, czy dany park stanowy jest otwarty, należy skorzystać ze strony parks.ny.gov lub skontaktować się bezpośrednio z biurem parku.

Dłużej otwarte będą następujące kąpieliska w parkach stanowych:
Long Island

- Jones Beach State Park Strefa 6, Central Mall i strefa 2: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Robert Moses State Park Strefa 2 i 5: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Sunken Meadow State Park Main Beach: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Hither Hills: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Hecksher State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Wildwood State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:30 w poniedziałek, wtorek i środę

Hudson Valley

- Park stanowy Bear Mountain State Park: kąpiel wydłużona do godz. 18:30 we wtorek i środę
- Basen w parku stanowym Franklin D. Roosevelt State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 we wtorek i środę
- Park stanowy Lake Tiorati State Park: kąpiel wydłużona do godz. 18:45 w poniedziałek, wtorek i środę

- Park stanowy Lake Welch State Park: kąpiel wydłużona do godz. 18:45 w poniedziałek, wtorek i środę
- Basen w parku stanowym Rockland Lake State Park: kąpiel wydłużona do godz. 18:30 w poniedziałek, wtorek i środę
- Jezioro Minnewaska Lake: kąpiel wydłużona do godz. 19:15 w poniedziałek, wtorek i środę
- Jezioro Minnewaska-Awosting Lake: kąpiel wydłużona do godz. 18:30 w poniedziałek, wtorek i środę

Miasto Nowy Jork

- Park stanowy Gantry Plaza State Park: w całym parku zainstalowano zraszacze i wentylatory z mgiełką wodną
- Park stanowy Denny Farrell Riverbank State Park: kąpiel w basenie krytym i odkrytym wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę

Capital District

- Park stanowy Lake Taghkanic: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Taconic-Copake State Park: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę

- Basen dla dzieci Taconic Kiddie Pool: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park Stanowy Saratoga Spa: Baseny Peerless i Victoria: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Grafton Lakes State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Moreau Lake State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Mine Kill State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Jezioro Thompson’s Lake / park stanowy Thacher State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę

Central New York/Finger Lakes

- Park stanowy Fair Haven Beach State Park: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Taughannock Falls State Park: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Cayuga Lake State Park: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 we wtorek i środę
- Basen w parku stanowym Watkins Glen: kąpiel wydłużona do godz. 19:00 w poniedziałek, wtorek i środę

Region Western New York

- Park stanowy Darien Lake: kąpiel wydłużona do godz. 19:45 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park stanowy Fort Niagara State Park: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę
- Park Stanowy Beaver Island State Park: kąpiel wydłużona do godz. 20:00 w poniedziałek, wtorek i środę

Przed planowaną wizytą zaleca się kontakt telefoniczny z wybranym parkiem lub sprawdzenie informacji na stronie https://parks.ny.gov/parks/ w celu potwierdzenia godzin otwarcia i dostępności. Zmiany pogody i warunki wodne mogą mieć wpływ na możliwość kąpieli. Aktualne informacje dotyczące sytuacji w parkach są również dostępne w bezpłatnej aplikacji mobilnej New York State Parks Explorer na urządzenia z systemem iOS i Android.

Departament Ochrony Środowiska Stanu Nowy Jork (New York State Department of Environmental Conservation, DEC)

Pracownicy Biura ds. Zarządzania Kryzysowego DEC, funkcjonariusze Departamentu Ochrony Środowiska, strażnicy leśni oraz pracownicy biura centralnego i regionalnego są w gotowości i monitorują prognozy pogody.

DEC przypomina amatorom aktywności na świeżym powietrzu, że nieprzewidywalna pogoda — w tym szybko zmieniające się temperatury i burze w Adirondacks, Catskills i innych naturalnych obszarach — może spowodować nieoczekiwanie niebezpieczne warunki. W trosce o bezpieczeństwo podczas przebywania na świeżym powietrzu turyści powinni wyposażyć się w odpowiednią odzież i sprzęt chroniące przed deszczem, błotem i wysokimi temperaturami.

Aktualne informacje na temat warunków na szlakach, sezonowych zamknięć dróg i aktywności rekreacyjnych w regionie Adirondacks można znaleźć na stronach informacyjnych dotyczących parku Adirondack.

Środki bezpieczeństwa podczas pieszych wędrówek

Piesze wędrówki w upale zawsze niosą ze sobą ryzyko. Aby chronić się przed wyczerpaniem i udarem cieplnym, mieszkańcy stanu Nowy Jork i turyści powinni zapoznać się z poniższymi wskazówkami:

- Zmniejszyć szybkość poruszania się.
- Pić wodę i często odpoczywać.
- Poszukać cienia i unikać długiego przebywania w miejscach narażonych na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- Na każdą wędrówkę zabierać ze sobą co najmniej 2 litry wody.
- Zabrać ze sobą filtr do wody — zwłaszcza na dłuższe wędrówki.
- Zabrać ze sobą słone przekąski, aby utrzymać niezbędny poziom elektrolitów.
- Stosować krem przeciwsłoneczny.

- Nie zabierać ze sobą zwierząt domowych. Zwierzęta gorzej znoszą upały — zwłaszcza chodzenie po gorących kamieniach.
- Zastanowić się, czy lepiej nie przełożyć wycieczki na inny dzień — gdy będzie lepsza pogoda.

Nawet jeśli według prognozy przez cały dzień mają panować wysokie temperatury, zawsze istnieje ryzyko hipotermii z powodu nagłej burzy lub spadku temperatury. Ryzyko może znacznie wzrosnąć w razie spocenia się i braku stosowania odzieży odprowadzającej pot (np. gdy noszone ubrania są wykonane w wełny lub poliestru). Wiele przypadków hipotermii ma miejsce latem, gdy ludzie najmniej się tego spodziewają.

Bez względu na to, czy uprawiasz turystykę pieszą, kolarstwo górskie czy wioślarstwo, zajrzyj na stronę Hike Smart NY, na której znajduje się lista 10 niezbędnych rzeczy, zalecenia dotyczące ubrania, a także wskazówki na temat planowania wycieczek pod kątem bezpieczeństwa i ekologii. W nagłych wypadkach należy dzwonić pod numer 9-1-1. Aby poprosić o pomoc Forest Ranger, zadzwoń pod numer 1-833-NYS-RANGERS.

Jakość powietrza
DEC monitoruje jakość powietrza w całym stanie i w razie potrzeby wydaje stosowne ostrzeżenia zdrowotne. Zachęca się mieszkańców stanu Nowy Jork do śledzenia komunikatów o jakości powietrza i sprawdzania informacji na stronie airnow.gov. Aktualne prognozy jakości powietrza publikowane przez DEC są dostępne na stronie internetowej DEC.

Ekstremalne upały
DEC opublikował wstępne mapy miejskich wyspy ciepła, które mają pomóc społecznościom w lepszym rozumieniu, planowaniu i adaptacji do narażenia na działanie ekstremalnych temperatur w dzielnicach. Linki do map oraz dodatkowe informacje i dane dostępne są na stronie planu działań na rzecz walki z ekstremalnymi upałami (Extreme Heat Action Plan) DEC oraz pod adresem nys-heat.daveyinstitute.com/hottest-hour. Projekt realizuje jedno z kluczowych działań zawartych w planie działań na rzecz walki z ekstremalnymi upałami i wdraża ustawę z 2022 r. podpisaną przez gubernator Hochul, która zobowiązuje DEC do zbadania skutków natężenia ekstremalnych upałów w społecznościach defaworyzowanych w całym stanie.

Departament Rolnictwa i Rynków Stanu Nowy Jork (New York State Department of Agriculture and Markets)
Agencja zebrała ważne informacje dotyczące m.in. środków zapobiegawczych, które pomagają łagodzić skutki upałów w przypadku pracowników rolnych i zwierząt gospodarskich. Departament będzie również ściśle współpracował z partnerami z The New York Extension Disaster Education Network (NY EDEN) na Uniwersytecie Cornella, aby monitorować wszelkie potencjalne skutki ekstremalnych upałów spodziewanych w tym tygodniu. NY EDEN jest również źródłem informacji dla rolników i

pracowników rolnych podczas fali upałów, a dodatkowe informacje można znaleźć na stronie https://eden.cce.cornell.edu/natural-hazards/heat-wave/.

Departament Pracy Stanu Nowy Jork (New York State Department of Labor) opublikował kompleksowe wytyczne przeznaczone dla pracodawców na temat dbania o bezpieczeństwo pracowników wykonujących zadania na świeżym powietrzu podczas upałów. Zawierają one m.in. następujące najlepsze praktyki:

- Pracodawcy powinni zapewnić pracownikom stały dostęp do darmowej czystej wody pitnej jak najbliżej miejsca pracy.
- Pracodawcy powinni zapewnić pracownikom zacienione miejsce i płatne przerwy w pracy, gdy wskaźnik temperatury osiągnie co najmniej 80 stopni Fahrenheita. W przypadku przekroczenia 90 stopni przerwy powinny być częstsze.
- Pracownicy powinni nosić odpowiednie środki ochrony indywidualnej (personal protective equipment, PPE), o ile nie kolidują one ze sprzętem ochronnym. Należą do nich na przykład filtry przeciwsłoneczne, kamizelki chłodzące, kapelusze z szerokim rondem i lekką, luźną odzież.

Więcej informacji na temat najlepszych praktyk dotyczących pracy w upale można znaleźć tutaj.

Załogi utrzymania autostrad **Zarządu Autostrad (Thruway Authority)** będą wykonywać rutynowe prace w porach dnia o najniższych temperaturach oraz zwiększą liczbę patroli monitorujących stan dróg. Kierowcom przypomina się i zachęca do robienia przerw w jednym z 26 miejsc obsługi podróżnych lub w trzech Welcome Centers zlokalizowanych w systemie Thruway.

Ekipy remontowe **Departament Transportu Stanu Nowy Jork (New York State Department of Transportation)** będą wykonywać większość prac na zewnątrz w godzinach porannych i przestrzegać ustalonych protokołów nawadniania i odpoczynku, aby pomóc złagodzić ryzyko związane z wysokimi temperaturami.

Urzędu ds. Usług dla Dzieci i Rodzin stanu Nowy Jork (New York State Office of Children and Family Services)
Agencja podejmuje szereg działań, aby zapewnić bezpieczne warunki prowadzenia zajęć w ośrodkach mieszkalnych, programach detencyjnych oraz placówkach opieki zbiorowej podczas upałów. Obejmuje to sprawdzenie sprzętu chłodzącego, zapewnienie dostępności i spożycia odpowiedniej ilości wody, zmianę harmonogramu działań i spotkań oraz identyfikację pracowników i klientów, którzy mogą być narażeni na działanie wysokich temperatur. Pracownicy agencji udzielają również wskazówek programom opieki nad dziećmi i grupom związanym z Komisją ds. Osób Niewidomych (Commission for the Blind) w całym stanie.

Urząd ds. Zdrowia Psychicznego Stanu Nowy Jork (New York State Office of Mental Health)
Przed upałami mieszkańcy stanu Nowy Jork powinni być świadomi wpływu wysokich temperatur na osoby przyjmujące leki przeciwpsychotyczne, które są szczególnie

narażone na udar cieplny i złośliwy zespół neuroleptyczny w okresach ekstremalnych upałów, co jest bardziej prawdopodobne w słabo wentylowanych obszarach. Dzieci i osoby starsze są narażone na zwiększone ryzyko.

Oprócz monitorowania osób zagrożonych, takim stanom najlepiej zapobiegać poprzez zwracanie większej uwagi na nawodnienie, szczególnie osób z grupy wysokiego ryzyka, w tym osób przyjmujących leki przeciwpsychotyczne, osób starszych, dzieci i osób z niskim spożyciem płynów. Ponadto, osoby z grupy wysokiego ryzyka powinny przebywać w chłodniejszych pomieszczeniach, być monitorowane pod kątem wzrostu temperatury, unikać bezpośredniej ekspozycji na światło słoneczne oraz nosić odzież ochronną i filtry przeciwsłoneczne. Leki antycholinergiczne mogą zaburzać pocenie się i należy je ograniczyć do minimum.

Biuro Pomocy Tymczasowej i dla Osób Niepełnosprawnych Stanu Nowy Jork (New York State Office of Temporary and Disability Assistance)
Agencja przypomina lokalnym departamentom usług socjalnych i operatorom schronisk dla osób w kryzysie bezdomności o potrzebie zapewnienia wentylatorów, które pomogą utrzymać odpowiednią cyrkulację powietrza w okresach upałów i wysokiej wilgotności. Ponadto, jeśli to możliwe, personel schronisk powinien zapewnić mieszkańcom dostęp do schładzanych pomieszczeń.

Zarząd Transportu Metropolitalnego (Metropolitan Transportation Authority)
Aby zminimalizować potencjalny wpływ upałów na działanie systemu i skrócić czas reakcji, NYC Transit wdroży patrole upałowe, które będą intensyfikować kontrole torów oraz rozlokowywać dodatkowy personel i sprzęt, taki jak generatory, w kluczowych miejscach zagrożenia – w tym przy podstacjach energetycznych, maszynowniach i pomieszczeniach komunikacyjnych.

Przed wyjechaniem w trasę wagony metra i autobusy będą sprawdzane pod kątem sprawności klimatyzacji. Dostawcom specjalistycznych usług transportu dla osób z niepełnosprawnościami przypomina się, że pojazdy muszą być wyposażone w sprawnie działającą klimatyzację. Na wypadek awarii metra lub konieczności zorganizowania połączeń zastępczych w pogotowiu będą autobusy i operatorzy innych opcji transportu. NYC Transit prowadzi również monitoring torów z ciągłymi spawami przy temperaturze powyżej 100°F, aby wykrywać deformacje szyn lub inne problemy, oraz kieruje do pracy wszystkich pracowników ds. klimatyzacji (HVAC), by rozwiązywać problemy w przegrzanych stacjach lub pomieszczeniach.

Do kluczowych lokalizacji zostaną wysłane ekipy Long Island Rail Road i Metro-North Railroad, które będą się zajmować doraźnym reagowaniem na problemy związane z warunkami pogodowymi. Obie sieci będą monitorować temperatury torów, wysyłać patrole ciepła i wzmacniać zespoły odpowiedzialne za infrastrukturę energetyczną, w tym linie napowietrzne i podstacje. Załogi pociągów zostały poinstruowane, że mają zgłaszać wszelkie potencjalne problemy z szynami.

Biuro ds. Zarządzania Kryzysowego (Office of Emergency Management) Zarządu Portów (Port Authority) współpracuje z zespołami poszczególnych obiektów, monitorując warunki pogodowe i ich wpływ na działalność. Utrzymuje również komunikację z partnerami regionalnymi, aby zapewnić gotowość operacyjną w okresach wysokich temperatur.

Aby uzyskać pełną listę ostrzeżeń meteorologicznych, komunikatów i najnowszych prognoz pogody, należy odwiedzić stronę internetową Krajowej Służby Meteorologicznej.

###

Dodatkowe wiadomości są dostępne na stronie www.governor.ny.gov
Stan Nowy Jork | Executive Chamber | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418
Zarejestruj się, aby otrzymywać najnowsze informacje z biura gubernatora: ny.gov/signup | Wyślij SMS o treści NEW YORK na numer 81336

ZREZYGNUJ